



19. Ilmenauer Osterlauf "Rund um die Talsperre Heyda"

Ilmenau, Ortsteil Heyda / 30.03.2024

0000

Adrian Koch

00: NOMADS/Crew301

00: 409

00: 18.50 km

Lange Strecke

0000:

Männer (20-29) L

000: 1:17:45

00: 13.89 km/h

0000: 4:12 min/km

00000/000: 6 (of 112)

00000/0: 6 (of 87)

000000: 1:03:45

00000: 1(of 5)

0000000: 1:17:45

0000

0000

000

000	00	00	00	00	00	00	00	000	000	000	00	00	00	00
	km	00	min/km	-	-	0	0	km	00	min/km	-	-	0	0
Runde	9.20	39:08	4:15	1	-	8	7:37	9.20	39:08	4:15	1	-	8	7:37
Runde	9.00	37:54	4:12	1	-	5	6:17	18.20	1:17:02	4:13	1	-	6	13:54
Ziel	0.30	0:43	2:23	1	-	5	0:06	18.50	1:17:45	4:12	1	-	6	14:00